



Bild von [Gerd Altmann](#) auf [Pixabay](#)

Corona und Autismus

Tipps und Ideen für Eltern autistischer Kinder und Lehrkräfte
in Zeiten der Coronakrise

von *Sandra Schwarze-Weißkopf*

Das Coronavirus hat zur Zeit unser aller Aufmerksamkeit. Leider bringen die Schulschließungen großes Chaos in die Köpfe autistischer Kinder und somit auch in den Alltag der gesamten Familie. Eltern autistischer Kinder sind immer rund um die Uhr gefragt, auch die soziale Isolation ist nichts Neues für diese Familien. Der große Unterschied in dieser Zeit ist allerdings, dass die Familie, mit autistischen Kindern die Pflege und Betreuung der Kinder 24 Stunden selbst, und ohne Pause bewältigen müssen.

Wie fühlt sich ein autistisches Kind in diesen Krisenzeiten?

Für Autisten ist es grundsätzlich schon schwer, sich auf Neues einzulassen. Gerade jetzt spüren sie einmal mehr mit ihren feinen Antennen, dass nicht nur sie unsicher sind, sondern auch die, die normalerweise nur selten ratlos sind, ihre Eltern.

In vielen Familien sind auf einmal 24 Stunden die Eltern zuhause. Hart antrainierte gesellschaftliche Konventionen wie z.B. Hand geben bei Begrüßung sind von jetzt auf gleich nicht mehr richtig. Routinemäßige Wege können nicht mehr gegangen werden. Gerade



Familien mit autistischen Kindern haben es extrem schwer, Ruhe und Alltag für sich und ihr autistisches Kind zu bringen.

Ritualisierte Handlungen fehlen. Für die meisten Autisten ist es ein großes Problem, wenn tägliche Rituale einfach wegfallen. Sie können nicht einfach, wie es bei neurotypischen Menschen völlig normal ist, einfach die vorhandenen Lücken schließen.

Für neurotypische Menschen ist dieses Problem von Autisten nur sehr schwer nachvollziehbar. Aber auch sie brauchen Rituale, um sich wohl zu fühlen. Auch sie hatten vermutlich in den ersten Tagen der letzten Wochen Schwierigkeiten alles unter einen Hut zu bekommen, sofern sich in ihrem ganz persönlichen Alltag etwas aufgrund der Krise geändert hat.

Keiner weiß, wie sich die Situation mit dem Virus weiterentwickelt. Manchmal würde es schon helfen, hätte man für die kommende Zeit zuhause bereits etwas vorbereitet. Es fehlte allerdings den meisten Familien bisher an Zeit, Alternativen zu suchen und Vorbereitungen zu treffen, um die nächsten Tage und Wochen einigermaßen angenehm zu gestalten.



Die Lebenswelt autistischer Kinder steht auf dem Kopf. Dazu kommt, dass den meisten autistischen Kindern in solchen Situationen die Worte fehlen, so dass sie ihren neurotypischen Mitmenschen leider nicht nachvollziehbar und verständlich erzählen können, warum sie dieser großen Veränderung nicht gewachsen sind.

Ticks, Zwänge und routinierte Handlungen können oftmals nicht mehr da ausgeführt werden, wo sie normalerweise ihren Platz haben.

Alles findet auf einmal zuhause statt. Viele würden jetzt sagen: In den Ferien geht es doch auch. Stimmt! Da geht es. Es funktioniert aber nur, weil es planbar für den einzelnen Autisten ist. Aber selbst bei guter Planung sind die ersten Tage nicht immer einfach.

Für beide Seiten ist das eine große Geduldprobe! Ein Overload jagt den nächsten. Körperlich kommt hinzu, dass sich Autisten schwach und krank fühlen. Die Nacht wird zum Tag gemacht, denn Schlafstörungen bleiben nicht aus. Es entsteht Unzufriedenheit auf beiden Seiten, Wut kommt auf, dicht gefolgt von ungerechtem Verhalten untereinander.

Wie können Eltern ihr autistisches Kind beschäftigen? Erste Tipps!

Folgende Fragen könnten ihrem Kind gerade Kopfzerbrechen bereiten. Ihr Kind schafft es aber nicht, sie auszusprechen:

- Was passiert, wenn Mama und/oder Papa krank werden?
- Wie kann ich meine Großeltern schützen?
- Muss ich sterben, wenn ich mich anstecke?
- Kann sich mein Haustier anstecken? Wer macht es wieder gesund?

- Wer sagt mir, ob es meinen Freunden/ Lehrer gut geht?
- Ist mein Essen im Supermarkt noch vorrätig?
- Schimpft mein Lehrer mit mir, wenn ich die Hausaufgaben nicht schaffe?
- Was, wenn ich vergesse, was ich gelernt habe? Muss ich in eine andere Klasse, bleibe ich sitzen?
- Können die Vieren mich anstecken, wenn ich ein Fenster öffne?
- Liegt der Stein/Blume usw., den ich jeden Tag auf dem Schulweg sehe, immer noch da, wenn ich den Weg so lange nicht gehen darf?

”

Sie kennen Ihr Kind am besten, überlegen Sie für sich, was Ihrem Kind Sorgen machen könnte. Lesen Sie sich die obigen Fragen genau durch. Fragen Sie nach, und nehmen Sie die Sorgen ihres Kindes ernst!

In der momentanen Situation konnte vorher leider gar nichts oder nur wenig geplant werden, und so fehlt nun leider auch die Sicherheit. Denn ohne Plan, keine Sicherheit.

„Wenn Ihr Kind Schwierigkeiten hat, sich in der neuen Situation zurecht zu finden, habe ich hier ein paar erste Tipps für Sie:

- Bleiben Sie selbst ruhig und gelassen. Erklären Sie geduldig immer wieder, warum Ihr Kind jetzt zuhause bleiben muss.
- Nehmen Sie Ihrem Kind die Angst davor, dass, von allem was passieren könnte, das Schlimmste eintritt.
- Nehmen Sie die Sorgen Ihres Kindes ernst!
- Sprechen Sie viel mit Ihrem Kind, nur im Gespräch können Sie herausfinden, was Ihr Kind bedrückt. Sie sind der Zuhörer!
- Nutzen Sie ein Overload-Tagebuch oder kritische-Situationen-Tagebuch. Halten Sie sich und vor allem Ihrem Kind vor Augen, dass es von Woche zu Woche besser wird.
- Schimpfen oder bestrafen Sie Ihr Kind nicht, wenn es einen Overload hat. Machen Sie Ihrem Kind keine Vorwürfe. Es braucht Trost und keine Bestrafung!
- Nehmen Sie Kontakt zur Lehrkraft auf, wenn Ihr Kind die Hausaufgaben nicht ganz oder auch gar nicht schafft. Die Kinder sollten nicht nacharbeiten müssen, was sie nicht geschafft haben.
- Versuchen Sie Druck zu vermeiden.
- Spielen Sie gemeinsam. Lachen und freuen Sie sich so viel es nur geht.
- Nehmen Sie jeden kleinen Fortschritt wahr. Sparen Sie nicht an Lob.



- Machen Sie Pläne für die Zeit nach der Krise. Freuen Sie sich auf eine Reise, eine Feier, einen Ausflug ins Schwimmbad usw.

Eine „Krisenkiste“ für Autisten

Grundsätzlich ist Familien mit autistischen Kindern zu empfehlen, im Vorfeld für alle möglichen Krisen, einen Krisenplan zu erstellen. Alle Menschen, ganz egal, ob autistisch oder neurotypisch, beschäftigt in Krisensituationen die Frage: Was wäre wenn...?

Autisten brauchen und lieben klare Strukturen. Ein geplanter “Was-wäre-wenn-Entwurf“ kann Sicherheit geben:

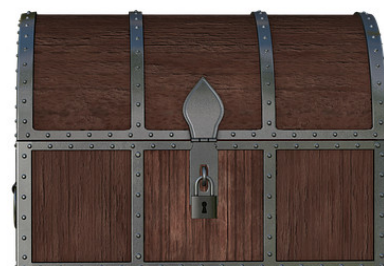
Ein Beispiel:

Was wäre wenn...?	Möglichkeiten	Was brauche ich..?
..ich Oma nicht mehr besuchen darf?	- telefonieren - Brief schreiben - *	- Oma Tel: 0815-0000... - frankierter Briefumschlag/Briefpapier - *

*Hinweis: Maximal 2 Möglichkeiten!!

Wenn ihnen der Vorschlag gefällt, legen sie ihre persönliche “Krisenkiste“ an, auf die ihr Kind zu jeder Zeit zurückgreifen kann. Die Krisenkiste kann ihrem Kind Antworten geben, auf die es zurückgreifen kann, wenn es Antworten braucht, aber selbst nicht in der Lage ist, Fragen zu finden oder auszusprechen.

Bearbeiten sie die Krisenlisten gemeinsam in Zeiten, in denen sich ihr Kind wohl fühlt. Die Kiste können sie mit allen zu erwartenden Krisen ihres Kindes füllen und den entsprechenden Materialien, ganz egal ob es sich nur um eine kleine “ Ich-bin-verärgert-“ Krise handelt oder um größere Probleme.



Sie sind diejenigen, die ihr Kind am besten unterstützen können. Vergessen sie nicht, dass es einen großen Unterschied macht, ob man sich zurückzieht, weil man es selbst gerne möchte, oder ob man zu etwas gezwungen wird.

Geben sie ihrem Kind den notwendigen Halt und die Sicherheit die es braucht. Für viele “Autisten-Eltern“ ist es tröstlich zu wissen, dass sie nicht alleine sind. Ihr Kind ist nicht die Ausnahme und auch kein Einzelfall.

Autismus und Homeschooling

Sicherlich ist es so, dass sich die meisten Kinder nun an den neuen Tagesablauf gewöhnt haben, neue Rituale eingeübt und so auch mehr Sicherheit in ihren Alltag gebracht haben. Je-

doch folgen neue Herausforderungen für die Kinder und ihre Familien wie zum Beispiel das Homeschooling.

Bei vielen Familien flattern täglich E-Mails, bestückt mit Hausaufgaben und Aufträgen bestimmten Unterrichtsstoff zu üben und zu lernen von ihren Lehrkräften ins Haus. Zusätzlich werden vielleicht auch Videokonferenzen mit den Klassen abgehalten, an denen die Kinder zu bestimmten Zeiten pünktlich erscheinen sollen. Grundsätzlich könnte man jetzt fragen, wo liegt das Problem? Die Kinder sind doch zuhause, da werden sie doch wohl an einer 45minütigen Videokonferenz teilnehmen können, und wenn sie schon nicht zur Schule müssen, sollten ein bis zwei Stunden Hausaufgaben und lernen auch nicht zu viel verlangt sein.



Wie kommt es dann, dass autistische Schüler diese nicht so abliefern können, wie es sich viele Lehrkräfte wünschen? Gerade weil sich doch die Schüler momentan in einem geschützten und ruhigen Umfeld befinden, sollte man doch glauben, dass es diesen Kindern entgegenkommt, von zuhause aus zu arbeiten. Sicher würden das auch alle gerne tun, aber nur weil die Schüler jetzt zuhause sind und mehr Ruhe haben, heißt das bei Autisten nicht, dass sie problemlos ihre Arbeit erledigen können.

Gerade am Anfang des Homeschoolings waren sich alle Beteiligten noch unsicher, wie wird es laufen? Kommen die Arbeitsaufträge an? Wie groß muss der Umfang sein? Abgesehen davon, dass in den Köpfen autistischer Schüler in den ersten Wochen allgemeines Chaos herrschte, kam hinzu, dass die Arbeiten die normalerweise in der Schule passieren, nun zuhause gemacht werden müssen. Sehr viele Autisten schützen ihr Zuhause aufgrund schlechter Erfahrungen in der Schule. Sie trennen strikt zwischen Schule und ihrem Zuhause, und nicht wenige lehnen es komplett ab, zuhause zu lernen. Beispielsweise das Federmäppchen zuhause für private Dinge zu nutzen, kommt für sie nicht in Frage. Hinzu kommt, dass diese Kinder ihre Eltern als „Lehrkräfte“ in Frage stellen und so auch nur widerwillig oder keine Hilfe annehmen.

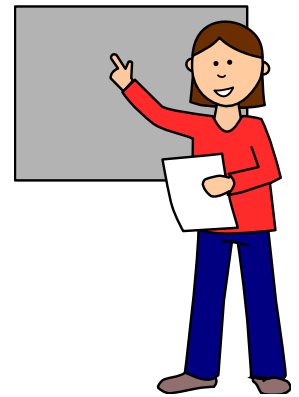
Viele engagierte Lehrkräfte möchten ihre autistischen Schüler unterstützen, und gerne möchte ich ein paar praktische Tipps geben, die genau diesen Lehrkräften ihre Arbeit ein bisschen erleichtert. Wie immer gilt, kennst du einen Autisten, kennst du einen Autisten. Verfahren Sie am besten nach dem Leitspruch: „Wenn etwas funktioniert mache mehr davon, wenn etwas nicht funktioniert, mache etwas anderes“!

Praktische Tipps für Lehrkräfte

- Für die Familien selbst, wäre es eine große Erleichterung, wenn sie ausschließlich mit einer Lehrkraft kommunizieren dürfen. Es kostet immer sehr viel Zeit, alles allen zu erklären.
Von beiden Seiten sollte geklärt werden, welche Erwartungen an das Kind gestellt werden und welche Erwartungen die Familie an die Lehrkraft hat. Wenn beide die

Haltung des anderen kennen, kann sicherlich die passende Lösung für das autistische Kind gefunden werden.

- Keine Experimente! Heute so, morgen so, übermorgen ganz anders ... funktioniert nicht! Strukturen und Rituale müssen lang eingeübt werden, ständige Änderungen verursachen Chaos. Versuchen Sie Wiederholungen und Rituale zu schaffen.
- Planen sie feste Abläufe, z.B. Videokonferenzen montags immer um 10 Uhr-10.45 Uhr. Auch E-Mails sollten täglich zur gleichen Zeit ankommen. Da Autisten großen Wert auf Pünktlichkeit und Verlässlichkeit legen, braucht es für diese Schüler verlässliche Lehrkräfte.
- Kommt Ihre Mail verspätet an, könnte das Stress verursachen. Eine Weiterentwicklung kann nie durch Stress oder Zwang stattfinden. Planen Sie auch beim Verschicken von Arbeitsaufträgen feste Zeiten ein. Ein verlässlicher, sicherer und respektvoller Umgang schafft die allerbesten Voraussetzungen, ganz egal ob bei Homeschooling oder vor Ort im Unterricht.
- Beim Verfassen der E-Mail an Ihren Schüler/in verzichten Sie bitte auf Floskeln, Sarkasmus bzw. Ironie. Viele Autisten achten sehr auf die Wortwahl des anderen. Ein "muss" erzeugt Druck, ein "kann" eröffnet Möglichkeiten.
- Beachten Sie beim Vorbereiten der Arbeitsaufträge, dass Autisten das große Ganze schlechter wahrnehmen, stattdessen sehr auf Details achten. Das wiederum bedeutet, das Kind braucht länger für den Auftrag. Übersichtliche Blätter mit ansprechenden Bildern sind besser zu bearbeiten.
- Geben Sie positive Rückmeldungen, wenn Sie die bearbeiteten Unterlagen wieder zurück erhalten haben. Wirken Sie enttäuscht, wird Ihr Schüler das auch sein. Machen Sie sich bitte bewusst, dass Sie autistische Kinder mit Ihrer Enttäuschung erst traurig und letztendlich handlungsunfähig machen können. Diese Kinder wollen Ihnen nichts Böses, keiner möchte Sie ärgern, im Gegenteil, autistische Kinder wollen alles richtig machen, und das tun sie bis zur Erschöpfungsgrenze. Sie tragen einen großen Teil dazu bei, wie der restliche Tag des Kindes verlaufen wird. Vergessen Sie nicht, dass das autistische Kind auf Ihre Rückmeldung wartet, auch die sollte pünktlich - sofern es vorher angekündigt wurde – erfolgen.
- Achten Sie bei der Auswahl der Fächer, das Sie Maximal 2 Fächer pro Tag wählen.
- Geben Sie in Ihrem Schreiben genau an, nach welchem Plan die Aufträge erarbeitet werden sollen. Gehen Sie kleinschrittig vor und beschreiben Sie möglichst genau.
- Melden Sie sich zwischendurch bei den Eltern, fragen Sie nach, ob die Arbeitsaufträge zu wenig oder zu umfangreich waren.
- Falls das autistische Kind an Videokonferenzen teilnimmt, lassen sie ihm/ihr die Wahl, ob es die Kamera anschaltet. Für viele Autisten ist telefonieren eine schwierige



Aufgabe, es könnte also sein, dass es das Kind große Überwindung kostet, überhaupt an der Konferenz teilzunehmen. Rufen sie das Kind während der Konferenz nicht, oder nur dann auf, wenn es unbedingt notwendig ist.

- Sollte Homeschooling via Internet nicht funktionieren, wählen Sie den Postweg. Für das Anschreiben gilt ebenfalls, möglichst genau beschreiben, in welcher Reihenfolge die Aufgaben zu erledigen sind.

Die Eltern autistischer Kinder sind sehr an einer vertrauensvollen Zusammenarbeit mit den Lehrkräften interessiert. Diese Zusammenarbeit wird Ihnen Vieles erleichtern, es schadet den Kindern, wenn die Arbeit auf Vermutungen und Mutmaßungen gebaut wird. Es wird nicht ohne die Eltern gehen, sie sind die Schlüsselpersonen. Sie wollen Ihnen nichts Böses oder Vorhaltungen machen, und leider werden sie oft fälschlich als *Helikopter Eltern* wahrgenommen. Viel zu oft wird vergessen, dass die Bedürfnisse eines autistischen Kindes ganz andere sind als die eines neurotypischen Kindes, die meisten Schulen sind auf die Kinder ausgerichtet, die nicht autistisch sind. Nur mit einer vertrauensvollen Zusammenarbeit, Kompromissbereitschaft und Kreativität kann für alle ein guter Weg gefunden werden.



Über die Autorin

Sandra Schwarze-Weißkopf ist pädagogische Fachkraft für Schulsozialarbeit, staatlich geprüfte Familienpflegerin und selbst Mama einer Autistin.

Kontakt:

schuso-sani@web.de